

# MEDEM

Consultorio médico en tu empresa

Junio 2024 | ¿Qué tema te gustaría conocer?

## Alcoholismo

Leer más >>

## Tabaquismo

Leer más >>

# Alcoholismo



Es una enfermedad que genera **dependencia al consumo excesivo y constante de bebidas alcohólicas** y la adicción fisiológica y psicológica que genera este hábito, **repercutiendo gravemente en la salud.**

## Causas más comunes del consumo de alcohol

Mera curiosidad **29.4 %**

Invitación de amigos **13.5 %**

Experimentación **12.4 %**

Problemas familiares **10 %**

**Más de 20 millones de personas enfrentan la adicción al alcohol**, comúnmente, quienes comenzaron a beber a los 13 o 14 años.

De acuerdo a la ENSANUT, durante el confinamiento por COVID-19 **alrededor de 620 mil adolescentes consumieron bebidas alcohólicas.**

De acuerdo a reportes de la OMS, **México tiene el 10° lugar** en cuanto a **consumo de alcohol.**



### ¿Cuáles son los síntomas de la **abstinencia**?

- Temblores
- Náuseas y vómitos
- Sudoraciones
- Ansiedad e irritabilidad
- Dolores de cabeza
- Alucinaciones



### ¿Qué se considera **un trago**?

**12 onzas**

Cerveza, **5%**

**8 onzas**

Licor de malta, **7%**

**5 onzas**

Vino, **12%**

**1.5 onzas**

Licor destilado, **40%**

% = Alcohol por volumen

Abusar de su consumo puede causar **trastornos físicos, mentales y familiares irreversibles:**

**Hígado:** Puede causar desde una inflamación hasta una cirrosis hepática

**Páncreas, vesícula y riñón:** Puede causar deficiencias y pancreatitis aguda y crónica

**Hipertensión:** Puede causar la muerte por el aumento de la presión arterial

**Complicaciones:** Puede orillar a la soledad, depresión e inclusive el suicidio.

**Neuronas:** La intoxicación prolongada mata una gran cantidad de neuronas

**Digestión:** Desde acidez y vomitos hasta cáncer de boca, estómago y colon

**Vida sexual:** Disfunción eréctil en hombres y pérdida de menstruación en mujeres

**Sistema nervioso:** Causa temblores, falta de coordinación y problemas de memoria.

Para más información **acércate con tu médico In-plant.**

*Bibliografía: Instituto Mexicano del Seguro Social: Alcoholismo*

# Tabaquismo

El tabaco es el único producto legal que **mata a la mitad de sus consumidores**. Anualmente **fallecen más de 8 millones de personas en el mundo** a causa del tabaquismo. Sólo en México, más de 170 fumadores **pierden la vida diariamente**.

A partir de 1987 se estableció el **Día Mundial sin Tabaco**, teniendo como meta la reflexión en torno a este dañino padecimiento, el cual era inclusive considerado “la pandemia del siglo XXI” por numerosos epidemiólogos.

Es alarmante que, en México, la edad promedio de inicio es de sólo **14 años**. La nicotina siendo **más adictiva que la cocaína o la heroína**, puede llegar a afectar el cerebro, el cual se termina de desarrollar hasta los 21 o 24 años.

## +4000 sustancias químicas

**250** nocivas para nuestra salud

**50** sustancias cancerígenas

Metano

Butano

Pintura

Arsénico

Ácido acético

Hexamina

Alquitrán

Ácido esteárico

Metanol

Tolueno

Monóxido de carb.

Cadmio

Nicotina

Amoníaco

### Potenciales complicaciones

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica, Bronquitis Crónica, Enfisema Pulmonar, Hipertensión Arterial, y Cáncer Pulmonar

Para más información **acércate con tu médico In-plant.**

*Bibliografía: Organización Mundial de la Salud: Tabaquismo*